No. 1 choice of hospitals & mothers

Calma™

PT Instruções de utilização

As nossas felicitações por ter adquirido Calma. Há quase 50 anos que a Medela é pioneira no desenvolvimento de produtos inovadores que contribuem para melhorar a saúde dos bebés através dos benefícios que o leite materno traz às suas vidas. Com Calma, pode confiar num produto que foi desenvolvido com base numa investigação bem estabelecida. Esta investigação demonstrou que com Calma, o seu bebé consegue manter o mesmo comportamento de alimentação que exibe durante a amamentação. O seu bebé irá sempre preferir e beneficiar da amamentação. Porém, caso esteja separada do seu bebé, Calma proporciona uma excelente alternativa que irá minimizar qualquer interferência com o relacionamento de amamentação estabelecido entre si e o seu bebé. Calma foi concebido para alimentar bebés de termo saudáveis com leite materno.

Índice

1. Finalidade

Calma destina-se a ser utilizado para alimentar bebés de termo saudáveis com leite materno. Calma não foi concebido para ser utilizado com leite de substituição.

Com Calma, o seu bebé poderá manter o comportamento de alimentação natural aprendido na mama. Caso utilizasse uma tetina convencional, o seu bebé teria de aprender uma nova técnica de beber. Para evitar que o bebé fique confuso, a Medela recomenda que se utilize exclusivamente Calma, desde o primeiro momento em que dá ao seu bebé leite materno.

Caso o seu bebé já tenha utilizado uma outra tetina, lembre-se de que Calma funciona de outro modo. Com Calma, o fluxo de leite é controlado pela interação entre o comportamento de sucção do bebé e o sistema de controlo do fluxo de leite Calma. Este sistema não é como as outras tetinas convencionais – poderá necessitar de um pouco de paciência.

Pode utilizar Calma em combinação com os frascos de alimentação para leite materno Medela.

2. Significado dos símbolos

O símbolo de advertência identifica todas as instruções que são importantes para a segurança. A inobservância destas instruções pode causar lesões ou danificar o Calma.
Existem vários símbolos de advertência. Cada símbolo é utilizado em conjunto com uma palavra específica. As combinações símbolo de advertência/palavra significam:

Atenção
A inobservância de instruções deste tipo pode causar lesões (menores) ou contaminação/desenvolvimento de bactérias.

Nota
A inobservância de instruções deste tipo pode causar danos materiais.

Informação
Informações úteis ou importantes que não estão relacionadas com a segurança.

Símbolos na embalagem

Este símbolo indica que o material é parte de um processo de recuperação/reciclagem.

Karton Carton Board — Este símbolo indica uma embalagem de cartão.

Este símbolo indica que é necessário manter o dispositivo ao abrigo da luz solar.

Este símbolo indica que é necessário manusear o dispositivo frágil com cuidado.

Este símbolo indica o limite de temperatura para o funcionamento, transporte e o armazenamento.

Este símbolo indica o limite de humidade para o funcionamento, o transporte e o armazenamento.

Este símbolo indica o limite da pressão atmosférica para o funcionamento, o transporte e o armazenamento.

Este símbolo indica que é necessário manter o dispositivo seco.

Este símbolo indica o número GTIN (Global Trade Item Numbers) do sistema GSI.

Este símbolo indica que é necessário consultar as instruções de utilização.

Este símbolo indica o código de reciclagem (neste caso, 01 relativamente a um material PET)

Este símbolo indica que o material do produto está aprovado para entrar em contacto com os alimentos.

EN 14350 Este código indica a Norma Europeia relativa a Artigos para os Cuidados e Utilização de Crianças - Equipamento de Bebida.

Símbolos no dispositivo/nas instruções de utilização

Este símbolo indica o fabricante.

PP Este código indica a utilização de polipropileno.

3. Informações de segurança importantes

A inobservância das informações de segurança contidas nestas páginas pode originar situações de perigo.

Dispositivo

Calma não é resistente ao calor: mantenha-o afastado de radiadores e fontes de ignição.

Não exponha Calma à luz direta do sol.

Inspecione antes de cada utilização: puxe a parte transparente de silicone em todas as direções para se assegurar de que o sistema continua intacto. Deite fora a peça aos primeiros sinais de danos ou desgaste.

Por razões de higiene, recomendamos a substituição de Calma ao fim de 3 meses.

Importante:

- **Manuseie os frascos e componentes com a precaução necessária.**
- **Os frascos de plástico e outros componentes ficam quebradiços quando congelados e podem partir se forem deixados cair.**
- **Além disso, os frascos e outros componentes podem ficar danificados em caso de manuseamento incorreto, por exemplo, se forem deixados cair, apertados em demasia ou tombarem.**
- **Não utilize o leite materno se os frascos ou componentes estiverem danificados.**

Utilização

Use Calma exclusivamente para o fim a que se destina e como se descreve neste manual de instruções.

Não use Calma durante o sono ou em caso de sonolência.

Trata-se de um produto para um só utilizador. O uso por mais do que uma pessoa pode representar um risco para a saúde.

Mantenha todos os componentes que não estejam em utilização fora do alcance das crianças.

Para a segurança e a saúde do seu filho

AVISO!

- **Utilize sempre este produto sob vigilância de um adulto.**
- **Nunca use tetinas como chupetas.**
- **A sucção contínua e prolongada de líquidos provoca cáries nos dentes.**
- **Verifique sempre a temperatura dos alimentos antes de os dar ao seu bebé (risco de queimadura).**
- **Não aqueça o leite num micro-ondas, porque o aquecimento é desigual e pode provocar queimaduras no bebé.**

4. Descrição do produto

4.1 Calma: um produto único para a mãe e o bebé

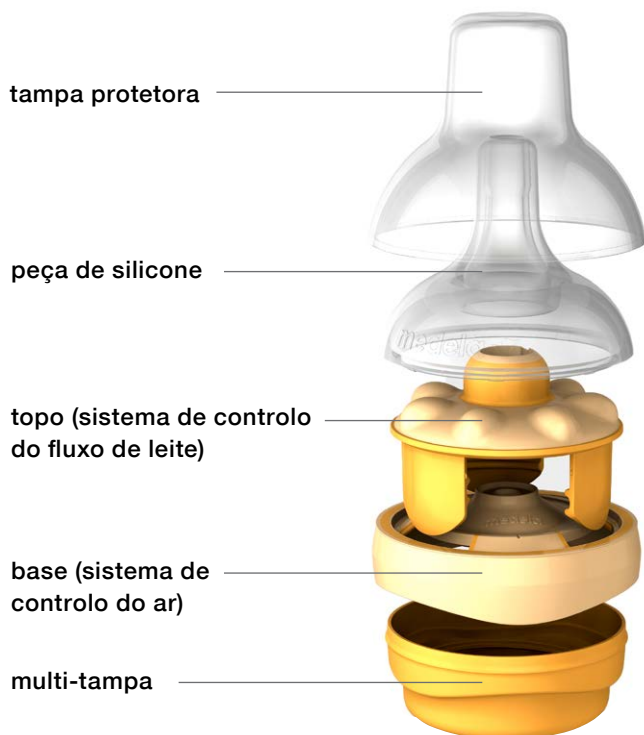
Calma não tem apenas um aspeto diferente. É diferente. Ao contrário das tetinas convencionais, Calma permite ao bebé manter o comportamento de alimentação natural aprendido na mama.

Com Calma…

… o seu bebé aceita de novo a mama com facilidade. Não tem de aprender uma nova técnica para se alimentar.
… o seu bebé pode beber, respirar e fazer pausas de acordo com o seu próprio ritmo natural. O seu bebé permanecerá calmo e relaxado durante e depois da refeição.
… quem controla o processo de alimentação é o seu bebé, não é você. E fá-lo da mesma forma do que quando mama.

Para mais informações sobre a alimentação, consulte o capítulo 7.

4.2 Peças do produto

Para peças sobresselentes e acessórios, consulte o capítulo 12.

4.3 Material

Tampa protetora / multi-tampa:	polipropileno
Peça de silicone:	silicone
Base / topo:	polipropileno e elastómero termoplástico

5. Limpeza

Atenção

- **Lave todas as peças imediatamente após a utilização para evitar a secagem de resíduos de leite e para prevenir o desenvolvimento de bactérias.**
- Utilize apenas água potável para limpar.
- Não limpe Calma com objetos afiados ou duros (como escovas, palitos ou unhas afiadas).
- Para evitar contaminações, não toque no interior das peças depois de limpas.
- Guarde o Calma num saco/recipiente limpo e permeável ao ar ou num saco de papel/pano limpo permeável ao ar até à próxima utilização.

Nota

- Caso limpe o Calma numa máquina de lavar loiça, as peças poderão sofrer uma alteração de cor. Isto não tem qualquer impacto no seu funcionamento.
- Não deixe o Calma exposto à luz solar direta ou ao calor por mais tempo do que o recomendado, dado que o Calma pode ficar enfraquecido.

5.1 Antes da primeira utilização

Antes de usar Calma pela primeira vez, limpe o produto escrupulosamente. Faça o seguinte:

- Primeiro execute os passos conforme descrito no capítulo 5.2 (Após cada utilização).
- De seguida, execute os passos descritos no capítulo 5.3 (Uma vez por dia).

Lave todas as peças cuidadosamente com quantidades abundantes de água morna com sabão (cerca de 30 °C).

5.2 Após cada utilização (parte I)

1

Desmonte o sistema de alimentação em peças individuais.

Pode encontrar mais detalhes no capítulo 8, passos 1–3

2

Passe todas as peças por água fria (cerca de 20 °C).
Verifique todas as peças quanto a danos e elimine aos primeiros sinais de danos ou desgaste.

4

Enxague todas as peças com água fria (cerca de 20 °C) durante 10 a 15 segundos.

5

Seque com um pano limpo ou deixe secar ao ar sobre um pano limpo.

Atenção

- Utilize apenas água potável para limpar.
- Para evitar contaminações, não toque no interior das peças após a esterilização.
- Guarde o Calma num saco/recipiente limpo e permeável ao ar ou num saco de papel/pano limpo permeável ao ar até à próxima utilização

Nota

- Quando proceder à fervura das peças do Calma, pode adicionar uma colher de chá de ácido cítrico para evitar os depósitos de calcário. Se utilizar ácido cítrico, podem permanecer vestígios residuais do ácido nas peças do Calma. Utilize água potável para os eliminar. Seque o Calma como se mostra na figura 3.
- Não deixe o Calma exposto à luz solar direta ou ao calor por mais tempo do que o recomendado, dado que o Calma pode ficar enfraquecido.

5.2 Após cada utilização (parte II)

Como alternativa aos passos 2, 3, 4 e 5 nas páginas anteriores: Lave Calma na máquina de lavar loiça. Se lavar o Calma na máquina da loiça, coloque as peças na prateleira de cima da máquina ou no compartimento destinado aos talheres.

5.3 Uma vez por dia

1

Pode encontrar mais informações no capítulo 8, passos 1-3

Desmonte o sistema de alimentação em peças individuais.

2a

ou

Cubra todas as peças com água e ferva durante cinco minutos.

2b

Utilize um saco para micro-ondas Quick Clean* de acordo com as instruções.

3

Seque com um pano limpo ou deixe secar ao ar sobre um pano limpo.

*Obtenha informações adicionais em www.medela.pt

6. Preparação para a alimentação

Atenção

- Lave muito bem as mãos (durante cerca de um minuto) com sabão e água antes de tocar no Calma.
- Aqueça o leite armazenado com a multi-tampa colocada! (Veja a imagem). Aqueça o leite até à temperatura máxima de 37 °C.

- Realize todos os passos com cuidado e pela ordem correta.

Nota

- Utilize exclusivamente acessórios originais Medela.
- Verifique todos os componentes do Calma e do frasco quanto a danos ou desgaste antes da utilização. Substitua, se necessário.
- Todos os componentes devem estar completamente secos antes de serem utilizados.
- Não deixe o Calma exposto à luz solar direta ou ao calor.

Informação

- Pode utilizar a multi-tampa no frasco durante o transporte. Pode usar a multi-tampa no fundo do Calma durante o armazenamento.

6.1 Passos a executar

- Extraia e conserve o leite materno. Poderá encontrar instruções de armazenamento no capítulo 9.
- Limpe o Calma conforme se indica no capítulo 5.
- Monte o Calma como se descreve nestas páginas.
- Aqueça o leite materno armazenado. Aqueça o leite ate à temperatura máxima de 37 °C!
- Monte o Calma no frasco imediatamente antes de alimentar.

Rebata o bordo inferior para baixo.

6.2 Montagem do Calma

Pegue na parte de silicone. Rebata o rebordo inferior para cima. Não toque na ponta da peça de silicone!

Empurre a peça de silicone (com o rebordo inferior rebatido para cima) sobre a parte saliente do topo.

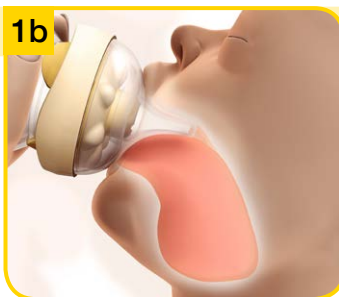
Coloque o topo na base. Verifique que todas as peças estão corretamente montadas.

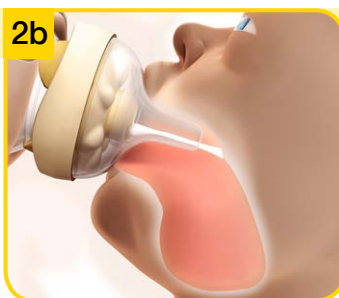
Encha o frasco com leite materno. Coloque o Calma no frasco, imediatamente antes de alimentar o bebé.

i Informação

- Para encorajar o seu bebé a abrir a boca e a aceitar o Calma, estimule o lábio tal como faria se estivesse a amamentar.
- Poderá necessitar de um pouco de paciência até que o seu bebé aceite Calma. Lembre-se: é a primeira vez que o seu bebé entra em contacto com um material artificial em vez do familiar mamilo. Tudo é novo para o bebé. Ele não consegue cheirá-la a si nem ao seu leite como se estivesse a ser amamentado.

7.1 Posicionamento correto na boca

- Segure o bebé numa posição meio reclinada.
- Coloque o Calma fazendo um ângulo de cerca de 45 graus em relação ao lábio inferior do bebé.
- Quando o seu bebé abrir a boca, coloque o Calma na ponta da sua língua. Não force o Calma para dentro da boca. O seu bebé irá agarrar o Calma tanto quanto precisa; exatamente como aprendeu a fazer com o mamilo da mama (ver figuras 1a e 1b na página seguinte).
- Durante todo o processo de alimentação, mantenha o Calma na posição que o seu bebé escolheu. Para facilitar a saída do leite, o seu bebé terá de criar vácuo (ver as imagens nas páginas seguintes). Empurrar ou puxar o Calma só irá interromper este processo. E também poderá fazer com que o bebé se engasgue.

A figura 1a mostra como o seu bebé segura o mamilo na boca enquanto mama. A figura 1b mostra a posição correta do Calma enquanto o usa para alimentar o seu bebé.

7.2 Alimentação

Na amamentação, o seu bebé tem de criar vácuo para fazer o leite fluir. O leite flui quando o vácuo na boca do bebé atinge o máximo. Nesse momento, a língua do bebé encontra-se na posição mais baixa e o mamilo está bem puxado para o interior da boca do bebé (ver figura 2a acima).

Calma funciona de modo semelhante. O seu bebé tem de executar um comportamento semelhante para criar o vácuo que fará com que o leite flua para dentro da sua boca (ver figura 2b acima). Por conseguinte, é importante manter o Calma na posição que o seu bebé escolheu durante todo o tempo em que está a ser alimentado.

8. Desmontagem do Calma

Atenção

I Lave todas as peças imediatamente após a utilização para evitar a secagem de resíduos de leite e para prevenir o desenvolvimento de bactérias.

1

Retire o Calma do frasco de alimentação.

2

Retire o topo com a peça de silicone da base.

3

Rebata o rebordo inferior da peça de silicone para cima. Tire a peça de silicone do topo.

Acabou de desmontar o Calma. Limpe todas as peças conforme descrito no capítulo 5.

9. Conservação e congelamento do leite materno

9.1 Conservação

Orientações de conservação para leite materno acabado de extrair (Para bebés de termo saudáveis)			
Temperatura ambiente	**Frigorífico**	**Congelador**	**Leite materno descongelado**
4 – 6 horas a 19 – 26 °C (66 a 78 °F)	3 – 8 dias a 4 °C (39 °F) ou temperaturas inferiores	6 – 12 meses –18 a –20 °C (0 a 4 °F)	No frigorífico durante, no máximo, 10 h. Não volte a congelar!

- Não guarde leite materno na porta do frigorífico. Em vez disso, escolha a parte mais fria do frigorífico (que é na parte de trás da prateleira de vidro por cima do compartimento dos vegetais).

9.2 Congelamento

- Pode congelar o leite materno extraído em frascos para leite ou em sacos “Pump & Save”*. Não encha os frascos ou sacos “Pump & Save”* a mais de ¾ da sua capacidade, para deixar espaço para uma possível expansão.
- Coloque etiquetas nos frascos ou sacos “Pump & Save” com a data da extração.

9.3 Descongelamento

Atenção

Não descongele o leite materno congelado nem aqueça o leite materno num micro-ondas ou numa panela com água a ferver, para evitar a perda de vitaminas, minerais e outros componentes importantes e para prevenir queimaduras.

- Para preservar os componentes do leite materno, descongele o leite no frigorífico durante a noite. Em alternativa, mantenha o frasco ou o saco “Pump & Save” sob água morna corrente (máx. 37 °C).
- Agite suavemente o frasco ou o saco “Pump & Save” com um movimento rotativo, para misturar qualquer gordura que se tenha separado. Evite sacudir violentamente ou mexer o leite.

*Obtenha informações adicionais em www.medela.pt

10. Já sabia? Perguntas frequentes

Calma não será um pouco comprido demais?

Mesmo que Calma lhe pareça um pouco comprido demais: não se preocupe, tem o comprimento perfeito. Como sabe, o seu mamilo estica até 2 vezes o seu tamanho na boca do bebé enquanto este se alimenta. O Calma fica aproximadamente do mesmo comprimento na boca do bebé que o mamilo enquanto este mama. Em todo o caso, continua a ser importante que o bebé mantenha uma posição correta para agarrar o Calma (ver capítulo 7 para mais informações).

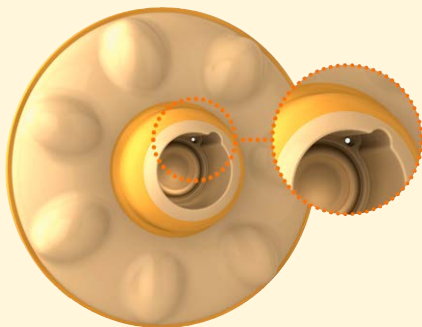
Será que um tamanho único é suficiente?

Pode não acreditar, mas um tamanho é suficiente. Da mesma forma que o seu peito é o mesmo ao longo do período de aleitamento. O fluxo, a forma e o comprimento do Calma foram concebidos para se ajustarem às necessidades do seu bebé à medida que ele cresce durante o período de aleitamento.

Pode o Calma ajudar a evitar os gases?

Calma pode ajudar a evitar os gases, dado que o frasco de alimentação com leite materno tem um sistema de ventilação único de controlo da entrada do ar. Ao contrário de outros sistemas de tetina-biberão, Calma permite a passagem de ar independentemente da forma como é montado.

De onde vem o leite?

O leite flui através do pequeno orifício no sistema de controlo do fluxo de leite no topo do Calma (ver imagem). O fluxo do leite é controlado pela interação entre o sistema de controlo do fluxo de leite e o vácuo que o seu bebé cria. Ao contrário das tetinas convencionais, comprimir o Calma não resultará num fluxo de leite. Mas pode ter a certeza de que o seu bebé conseguirá sozinho o leite de que necessita. Note que não deve limpar o sistema de controlo do fluxo de leite com um objeto duro ou afiado (como escovas, palitos ou unhas afiadas).

Por que razão o Calma por vezes pinga ligeiramente?

Existem duas situações nas quais Calma pode gotejar ligeiramente.

- Uma delas é no final da refeição. Este gotejamento poderá ocorrer quando o bebé larga o Calma antes de ter bebido toda a porção de leite que acabou de extrair do frasco.
- Caso mantenha o frasco voltado ao contrário, é também possível que algumas gotas de leite pinguem do Calma. Isto acontece porque a membrana no interior do sistema de controlo do fluxo de leite é flexível, não rígida. O gotejamento (de pouca importância) depende da temperatura e do peso do leite que se comprime contra a membrana. Note que o gotejamento não tem qualquer impacto sobre o funcionamento do Calma.

Quando é necessário substituir Calma?

Por motivos de higiene, recomendamos que se substitua Calma de três em três meses.

11. Eliminação

Elimine o Calma de acordo com os regulamentos locais de eliminação.

12. Cuidados completos durante a amamentação

As seguintes variantes do produto e acessórios encontram-se disponíveis junto dos parceiros de distribuição Medela. Pode encomendar um produto especificando o número (de artigo) correspondente.

Variantes do produto

Número do artigo	Produto
008.0138	Calma Solitaire (DE/FR)
008.0139	Calma Solitaire (EN/FR)
008.0140	Calma Solitaire (NL/FR)
008.0141	Calma Solitaire (ES/PT)
008.0142	Calma Solitaire (IT/PL)
008.0143	Calma Solitaire (SV/DA)
008.0144	Calma Solitaire (NO/FI)
008.0145	Calma Solitaire (RU/HU)
008.0146	Calma Solitaire (TR/CS)
008.0147	Calma Solitaire (EL/HE)
008.0148	Calma Solitaire (EN/JA)
008.0149	Calma Solitaire (EN/ZH)
008.0150	Calma Solitaire (TW/KO)
008.0203	Calma Solitaire (EN/AR)
008.0208	Calma Solitaire (EN/TW)

Acessórios

Número do artigo	Produto
800.0796	Frascos para leite materno 150 ml – 3 un. (EN/DE/FR/IT/NL)
800.0797	Frascos para leite materno 150 ml – 3 un. (EN/ES/PT/EL/HE)
008.0072	Frascos para leite materno 150 ml – 3 un. (EN/JA/KO/TW/ZH)
008.0073	Frascos para leite materno 150 ml – 3 un. (EN/RU/HU/CS/TR)
008.0074	Frascos para leite materno 150 ml – 3 un. (EN/SV/DA/NO/PL)
200.1659	Frascos para leite materno 250 ml – 2 un. (EN/DE/FR/IT/NL)
008.0091	Frascos para leite materno 250 ml – 2 un. (EN/JA/KO/TW/ZH)
008.0075	Frascos para leite materno 250 ml – 2 un. (EN/SV/DA/NO/PL)
008.0137	Frascos para leite materno 250 ml – 2 un. (EN/ES/PT/EL/HE)

Os outros produtos da Medela encontram-se disponíveis em www.medela.com

Cuidar do peito
Extrair
Recolha
Conservação do Leite Materno
Alimentação
Investigação
baseada em
evidências
Especialista
Inovação
Profissionais
Serviço
Educação
medela
purelan 100

Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar, Switzerland
www.medela.com

International Sales
Medela AG
Lättichstrasse 4b
6341 Baar
Switzerland
Phone +41 (0)41 769 51 51
Fax +41 (0)41 769 51 00
ism@medela.ch
www.medela.com

Spain & Portugal
Productos Medicinales Medela, S.L.
C/ Manuel Fernández Márquez, 49
08918 Badalona (Barcelona)

Spain
Phone +34 93 320 59 69
Fax +34 93 320 55 31
info@medela.es
www.medela.es

Portugal
Phone +351 808 203 238
Fax +351 808 203 239
info@medela.pt
www.medela.pt